

20º Congresso Brasileiro de Qualidade de Vida promove o lançamento de quatro livros com temáticas essenciais para o ecossistema de promoção de saúde

Sessões de autógrafos serão nos intervalos da programação científica, nos dois dias do evento, dentro da Expo Qualidade de Vida

Entre as várias ações que irão ocorrer durante o [20º Congresso Brasileiro de Qualidade de Vida \(CBQV\)](#), que a [Associação Brasileira de Qualidade de Vida \(ABQV\)](#) promove nos dias 4 e 5 de outubro, em formato híbrido, no Instituto de Ensino e Pesquisa Sírio-Libanês, está o lançamentos de quatro **livros de grande relevância para o mercado**.

As sessões de autógrafos com os autores irão acontecer durante os intervalos da programação científica, nas manhãs e tardes nos dois dias do evento, com o objetivo de estimular o **conhecimento** e **promover a saúde mental**, tão importante para a qualidade de vida.

A primeira publicação que será lançada no primeiro dia do Congresso, às 10h, é “Sempre é Tempo de Mudanças”, de Flavio Próspero, fundador e primeiro presidente da ABQV.

A obra foca nas **mudanças** vividas por Próspero na última década, principalmente os **valores** e as crenças.

“Muitos têm medo de **mudar**, quebrar paradigmas, sair de sua zona de conforto. Para mim, mudar significa a capacidade de aceitar dar novas respostas às **demandas emocionais e afetivas** que recebemos diariamente e renovar o **sentido da vida**” explica o autor. A sessão de autógrafos no 20º CBQV representa compartilhar lições e incentivar as pessoas a ressignificar sua vida, além de ser uma oportunidade de cruzar com amigos e trocar experiências”, afirma Próspero.

Gestão

Na tarde de 4 de outubro, às 16h, é a vez do lançamento do livro “**Gestão da Travessia**”, de Juliana Bley, psicóloga, com formações em metodologias de aprendizagem para adultos, **psicoterapia sistêmica**, práticas de diálogo e escolas de **desenvolvimento de consciência**. A autora também fará conferência “O Cuidado com as Pessoas na Gestão de Mudanças, Crises e Transições”, no início da tarde deste mesmo dia ([veja matéria](#)).

A publicação, segundo Juliana, tem a intenção de abrir um diálogo com as pessoas a partir da abordagem de **práticas, estratégias e reflexões** sobre a importância de se aprender o **autocuidado** em momentos de crise e mudança.

“É uma oportunidade maravilhosa e generosa da ABQV não é tanto de oferecer esse espaço para os autores estarem perto do leitor, mas para que a gente possa trocar e compartilhar. É a entidade estimulando **cultura, conhecimento** e a oportunidade de enxergar os assuntos de várias perspectivas diferentes”, ressalta a autora.

Novos territórios

No segundo dia do 20º CBQV, às 10h, é a vez da sessão de autógrafos do livro “Script Uma Obra Inacabada”, de autoria de Rony Tschoeke especialista em Desenvolvimento Pessoal e Qualidade de vida.

A publicação trata do script como um roteiro, um grande guia, como um mapa que precisa de **atualizações** para que se possa avançar no complexo caminhar da vida adulta, em novos territórios.

“Sinto-me honrado com o convite e muito **feliz** com a visão da ABQV, pois é sinal dos novos tempos e da nova jornada de **vida** para a qual precisamos de **acolhimento**, atenção, conexão presencial com outras pessoas, sinergia e **educação continuada**. A

importância que está sendo dada à leitura e, principalmente, aos escritores, coloca a entidade num patamar diferenciado que merece muito respeito!

Fatores psicossociais

A última obra a ser lançado durante o 20º CBQV, no dia 5 de outubro, às 16h, será “Avaliação dos **Fatores Psicossociais** do Trabalho: Teoria e Prática na Era Digital”, de autoria de Ana Carolina Peuker, psicóloga, com mestrado, doutorado e pós-doutorado, diretora de Mercado e Expansão na ABQV.

O intuito do livro, segundo Ana Carolina, é compartilhar a sua experiência prática, em uma área ainda incipiente no Brasil, que é a avaliação dos **riscos psicossociais do trabalho**. Além disso, ela e sua sócia, coautora da obra, Sibelee Faller, contribuem com a visão científica e técnica que possuem para ampliar a **perspectiva** desta avaliação.

“É um orgulho imenso lançar o livro durante o 20º CBQV. Minha trajetória no mundo corporativo iniciou há dez anos. Naquela época, a obra da Sâmia Simurro e do Alberto Ogata sobre gestão de programas de **qualidade de vida e bem-estar corporativos** me ofereceu insights valiosos para minha atuação. Hoje, me sinto retribuindo de alguma forma o acesso aquele **conhecimento qualificado**. A ABQV é um grande hub de **conhecimento confiável**. Isso é muito valioso, ainda mais no momento atual”, conclui Ana Carolina.

Conheça a programação do **20º Congresso Brasileiro de Qualidade de Vida** e faça sua inscrição acessando <https://abqv.org.br/congresso/>.